

**STRES DAN HUBUNGAN BEBAN KERJA GURU SEKOLAH RENDAH
KAWASAN PELAJARAN TAMBUN TULANG,
ARAU, PERLIS.**

ASRI BIN AHMAD

**UNIVERSITI UTARA MALAYSIA
2010**

**STRES DAN HUBUNGAN BEBAN KERJA GURU SEKOLAH RENDAH
KAWASAN PELAJARAN TAMBUN TULANG,
ARAU, PERLIS.**

ASRI BIN AHMAD

**Kertas projek ini dikemukakan kepada Bahagian Hal Ehwal Akademik
sebagai memenuhi sebahagian keperluan penganugerahan
Ijazah Sarjana Sains (Pengurusan Pendidikan),
Universiti Utara Malaysia.**



Bidang Pengajian Pendidikan
UUM College of Arts and Sciences
(Universiti Utara Malaysia)

PERAKUAN PROJEK SARJANA
(Certification of Masters Project)

Saya yang bertandatangan di bawah, memperakukan bahawa
(I, the undersigned, certify that)

ASRI BIN AHMAD (NO. MATRIK : 800434)

Calon untuk Ijazah **Sarjana Sains (Pengurusan Pendidikan)**
(candidate for the degree of)

telah mengemukakan kertas projek yang bertajuk
(has presented his/her project paper of the following title)

STRES DAN HUBUNGAN BEBAN KERJA GURU SEKOLAH RENDAH

KAWASAN PELAJARAN TAMBUN TULANG, ARAU, PERLIS.

seperti yang tercatat di muka surat tajuk dan kulit kertas projek boleh diterima dari segi bentuk serta kandungan dan meliputi bidang ilmu dengan memuaskan.
(as it appears on the title page and front cover of project paper is acceptable in form and content and that a satisfactory knowledge of the field is covered by the project paper)

Nama Penyelia : **Dr. Arsaythamby Veloo**
(Name of Supervisor)

Tandatangan :
(Signature)

Tarikh : **8 Mei 2010**
(Date)

KEBENARAN MENGGUNA

Kertas projek ini adalah sebagai sebahagian daripada syarat untuk memenuhi pengajian peringkat Sarjana Sains (Pengurusan Pendidikan) di Universiti Utara Malaysia (UUM). Saya bersetuju memberi keizinan kepada pihak Perpustakaan Sultanah Bahiyah menggunakan kertas projek ini untuk tujuan rujukan dan penyelidikan. Saya juga bersetuju memberi kebenaran untuk menyalin kertas projek ini, sama ada secara keseluruhan atau sebahagian daripadanya untuk tujuan akademik. Keizinan untuk mendapat kebenaran bagi menyalin kertas projek ini juga perlu diminta daripada penyelia saya atau Dekan Akademik Kolej Sastera dan Sains. Segala bentuk kegiatan menyalin, menerbit, menyunting dan menggunakan keseluruhan atau sebahagian dari kertas projek ini untuk tujuan mendapat keuntungan sama ada berbentuk kewangan atau material tidak dibenarkan sama sekali. Permohonan untuk mendapatkan kebenaran menyalin, menerbit, menyunting, dan menggunakan kertas projek ini boleh diajukan kepada:

Dekan Akademik
UUM College of Arts and Sciences
Universiti Utara Malaysia
06010 Sintok
Kedah Darul Aman

PENGHARGAAN

Alhamdulillah, segala pujian di rafa'kan ke hadrat Allah s.w.t kerana dengan limpah dan izinNya projek ini dapat disempurnakan. Saya dengan seikhlas hati ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan khususnya kepada penyelia projek, Dr. Arsaythamby Veloo di atas segala bimbingan, teguran, tunjuk ajar, nasihat dan panduan yang telah dihulurkan sepanjang tempoh penyelidikan projek ini dijalankan. Ribuan terima kasih kerana terus memberi nasihat, teguran dan bimbingan tanpa jemu-jemu sehingga projek ini sempurna dilaksanakan.

Sekalung penghargaan juga kepada pihak Sekolah Kebangsaan Tambun Tulang kerana memberi kerjasama kepada saya sepanjang tempoh pengajian saya. Setinggi-tinggi penghargaan juga kepada Jabatan Pelajaran Perlis, Guru Besar-Guru Besar sekolah yang terlibat dalam kajian ini dan juga kepada guru-guru yang sudi memberi kerjasama dan maklum balas .

Tidak lupa juga kepada rakan-rakan yang sentiasa membantu menyiapkan projek ini. Akhir sekali jasa dan pengorbanan serta doa dari ibu dan ayah serta isteri tersayang Samihah Mohd Zain dan anak-anak Ulin Nuha, Fudhla dan Rushda.

Terima kasih.

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti faktor utama stres guru di dalam kalangan guru di sekolah rendah di Kawasan Pelajaran Tambun Tulang Arau, Perlis. Faktor stres guru yang dikaji termasuklah faktor beban kerja, kekangan masa dan sumber, penghargaan dan hubungan interpersonal. Seramai 150 orang guru ($N = 150$) dari enam buah sekolah rendah telah dipilih secara rawak (kluster atas kluster) untuk dilibatkan dalam kajian ini. Kajian rintis telah dijalankan di kalangan 30 orang guru sekolah rendah di sebuah sekolah Kuala Perlis di daerah Kuala Perlis. Dapatan kajian menunjukkan bahawa tahap stres di kalangan responden berada pada tahap yang sederhana. Faktor penghargaan (nilai $\alpha = 0.873$) telah dikenal pasti sebagai faktor utama stres di kalangan responden. Ini diikuti oleh faktor beban tugas ($\alpha = 0.795$), faktor kekangan masa dan sumber ($\alpha = 0.811$), dan faktor hubungan interpersonal ($\alpha = 0.860$). Keempat-empat faktor ini telah menyebabkan stres yang sederhana kepada guru sekolah rendah yang terlibat. Hasil dapatan dari penyelidikan ini menunjukkan bahawa guru-guru mengalami stres pada tahap sederhana. Hasil dapatan ini dapat membantu pihak guru mengenal pasti faktor stres dan beban kerja guru.

ABSTRACT

This study aimed to identify the main factors in teacher stress among teachers in primary schools in the area of education Tambun Tulang Arau, Perlis. Stress factors studied, including teachers work load factors, the constraints of time and resources, recognition and interpersonal relationships. A total of 150 teachers ($N = 150$) from six primary schools were randomly selected (cluster of clusters) to be involved in this study. A pilot study was conducted among 30 primary school teachers in a school district of Kuala Perlis in Perlis. The results showed that the level of stress among the respondents were at moderate levels. Recognition factor ($\alpha = 0.873$) were identified as major factors of stress among the respondents. This was followed by work load factor ($\alpha = 0.795$), factors of time and resource constraints ($\alpha = 0.811$), and interpersonal factors ($\alpha = 0.860$). All four of these factors have resulted in a moderate stress for primary school teachers involved. The findings from this research show that teachers experience stress at a moderate level. The findings could help the teachers identify the stress factors and workload of teachers.

KANDUNGAN

MUKA SURAT

KEBENARAN MENGGUNA	i
PENGHARGAAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KANDUNGAN	v
BAB 1	PENGENALAN
1.1	Pengenalan 1
1.2	Pernyataan Masalah 4
1.3	Objektif Kajian 9
1.4	Persoalan Kajian 9
1.5	Hipotesis Kajian 9
1.6	Kerangka Kajian 10
1.7	Kepentingan Kajian 10
1.8	Batasan Kajian 11
1.9	Definisi Operasi 11
1.9.1	Stres 12
1.9.2	Guru 12
1.9.3	Faktor-faktor Stres Guru 12
1.9.4	Beban Kerja 12
1.9.5	Kekangan Masa dan Sumber 13
1.9.6	Penghargaan 13
1.9.7	Hubungan Interpersonal 13
1.10	Kesimpulan 14
BAB II	TINJAUAN LITERATUR
2.1	Pendahuluan 15
2.2	Konsep Stres 15
2.3	Model Stres 17
2.4	Model Stres Guru (Kyriacou dan Sutcliffe, 1978) 22
2.5.	Model Stres Guru (Boyle, Borg, falzon, & Baglioni, 1995) 24

2.6	Kajian-kajian Faktor Stres	26
2.6.1	Faktor Beban Kerja	26
2.6.2	Kekangan masa dan Sumber	30
2.6.3	Hubungan Interpersonal dan Penghargaan	32
2.7	Kesimpulan	35

BAB III METODOLOGI

3.1	Pendahuluan	37
3.2	Reka Bentuk Kajian	37
3.3	Populasi dan Pensampelan	38
3.4	Alat Ukur Kajian	39
3.5	Kajian Rintis	39
3.6	Prosedur Memungut Data	40
3.7.	Penganalisis Data Kajian	41
3.7.1	Kaedah deskriptif	42
3.7.2	Nilai min dan purata min	42
3.7.3	Ujian –t	43
3.7.4	Ujian korelasi	43
3.8	Kesimpulan	44

BAB IV DAPATAN KAJIAN

4.1	Pendahuluan	45
4.2	Faktor-faktor Stres	45
4.2.1	Dimensi Beban Kerja	46
4.2.2	Dimensi Kekangan Masa dan Sumber	47
4.2.3	Dimensi Penghargaan	48
4.2.4	Dimensi Hubungan Interpersonal	50
4.3	Hipotesis Pertama	51
4.4	Hipotesis Kedua	51
4.5	Kesimpulan	55

BAB V PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN

5.1	Pendahuluan	56
5.2	Rumusan	56
5.3	Implikasi Kajian	59
5.4	Cadangan di masa hadapan	61
5.5	Kesimpulan	62

RUJUKAN	64
LAMPIRAN A: SOAL SELIDIK KAJIAN	69
LAMPIRAN B: SURAT KEBENARAN JABATAN PELAJARAN MALAYSIA	71
LAMPIRAN C: SURAT KEBENARAN JABATAN PELAJARAN PERLIS	72
LAMPIRAN D: STATISTIK KAJIAN	73

SENARAI JADUAL

Jadual		Muka Surat
Jadual 3.1	Jadual menunjukkan Pecahan Sampel Responden	38
Jadual 3.2	Perincian Item Soal Selidik	40
Jadual 3.3	Pengkelasan Tahap Stres Berdasarkan Skor Min	42
Jadual 4.1	Dimensi Beban Kerja (dalam peratus)	46
Jadual 4.2	Dimensi Kekangan masa dan sumber (dalam peratus)	47
Jadual 4.3	Dimensi Penghargaan (dalam peratus)	48
Jadual 4.4	Dimensi Hubungan Interpersonal (dalam peratus)	50
Jadual 4.5	Nilai p bagi dimensi beban kerja	52
Jadual 4.6	Nilai p bagi dimensi kekangan masa dan sumber	52
Jadual 4.7	Nilai p bagi dimensi penghargaan	53
Jadual 4.8	Nilai p bagi dimensi hubungan interpersonal	54

SENARAI RAJAH

Rajah		Muka Surat
Rajah 1.1	Kerangka Kajian	10
Rajah 2.1	Eleman – eleman yang Menyebabkan Stres	17
Rajah 2.2	Model Person – Environmennt Fit	21
Rajah 2.3	Model Stres Guru oleh Kyriacou dan Sutcliffe	22
Rajah 2.4	Model Stres Guru	25

BAB 1

PENGENALAN

1.1 Pengenalan

Kementerian Pelajaran Malaysia (KPM) dalam proses melaksanakan tranformasi pendidikan bagi pentaksiran untuk mengurangkan masalah sekolah yang terlalu tertumpukan peperiksaan. KPM juga dalam tindakan memperkenalkan Kurikulum Standard Prasekolah Kebangsaan (KSPK) dan Kurikulum Standard Sekolah Rendah yang akan dirintiskan di Kelas Prasekolah dan Tahun 1 pada bulan Mac hingga Jun 2009 di 500 buah sekolah (Bulitin NUTP Mac,2009).

Lembaga Peperiksaan Malaysia (LPM) memperkenalkan Penilaian Berasaskan Sekolah dan pihak sekolah perlu merancang, membina, mentadbir, memeriksa dan menyediakan laporan mengenai pentaksiran dalam bentuk formatif dan sumatif. Peperiksaan awam seperti Ujian Penilaian Sekolah Rendah (UPSR), Penilaian Menengah Rendah (PMR), Sijil Pelajaran Malaysia (SPM), Sijil tinggi Agama Malaysia (STAM) dan Sijil Vokasional Malaysia (SVM) (Bulitin NUTP Mac 2009) adalah beberapa cara untuk menilai pentaksiran dalam bentuk formatif dan sumatif.

The contents of
the thesis is for
internal user
only

RUJUKAN

- Abdul Mokhtar Bin Hamid (2006). *Tinjauan Tahap Tekanan dan Punca stres di Kalangan Guru Sekolah Sabak Bernam*. Tesis Sarjana Muda Universiti Teknologi Malaysia.
- Ahmad bin Asmadi (2004). *Tinjauan Tahap Tekanan dan Punca stress di Kalangan Guru Sekolah di Daerah Pekan dan Rompin Pahang*. Tesis Sarjana. Universiti Teknologi Malaysia.
- Ali Murat Sunbul (2004). An analysis of relations among locus of control, burnout and job satisfaction in Turkish high school teachers. *Australian Journal of Education* Vol.47 No.1 April, 2003.
- Anne Stevenson dan Sarah Harper (2006). *Workplace Stress and Student Learning experience*. Journal Quality Assurance in Education. Copyright Emerald Group Publishing Limited.
- Anthony Yeo. (2006). *A Helping Hand : Coping With Personal Problem*.
- Asmawati Abdullah (2002). *Tekanan kerja guru di sebuah sekolah menengah di daerah Klang, Selangor Darul Ehsan*. Thesis (Masters). Universiti Malaya, Kuala Lumpur.
- Azizi Haji Yahaya (2005). *Faktor Yang Mempengaruhi Stres Guru dan Perhubungan Pembentukan Personaliti Guru*. Universiti Teknologi Malaysia.
- Boyle G. J., Borg M. G., Falzon, J. M. dan Baglioni, A. J. Jr (1995). *A Structural Model of the Dimensions of Teacher Stress*. British Journal of Educational Psychology. 65: 49 - 67.
- Boyle, Borg, Faizon dan Baglioni (2005). *The educational psychologist's role in stress management training within a Local authority*. Educational Psychology in Practice. Jun 2005, Vol 16 Issue 2, p11, 13p, 1 Chart.
- Boyle, J.G., Borg, M.G., Falzon, J. M., Baglioni, A. J (1995). *A structural model of the dimensions of teacher stress*. British Journal of Education Psychology.
- Brown dan Ralph (2005). *Stress and Job Satisfaction: A Study of English Primary School Teachers*. Educational Psychology.
- Bulitin NUTP Mac (2009) *Beban tugas dikalangan guru yang digariskan oleh NUTP*.

Bulitin NUTP Mac (2009) *Kurikulum Standard Sekolah Rendah akan dilaksanakan.*

Bulitin NUTP Mac (2009) *Lembaga Peperiksaan Malaysia(LPM) memperkenalkan penilaian berasaskan sekolah.*

Cooper, C. L. dan Marshall, J (1976). *Occupational Sources of Stress: Overview of The Literature Relating to Coronary Heart Disease and Mental Health.*

Dunham, J (1992). *Stress in Teaching.* Edisi Kedua. London: Routledge.

Fevre, Kolt & Matheny (2006). *Teacher Stress: A Critical Review of Recent Finding and Suggestion For Future Durections.* Stress News January.

Fisher (1986). *Teacher Stress: A Critical Review of Recent Finding and Suggestion For Future Durections.* Stress News January. 14,1.

Fun Huat Chye (2007). *Occupational Stress Among National Type Chinese Primary School Teachers in Gombak District.* Universiti Malaya: Tesis Sarjana.

Hadayah binti Bahadun (2006). *Beban tugas Guru-guru Kemahiran Hidup Bersepadu Sekolah Menengah di Daerah Johor Bahru,Johor.* Projek Sarjana Pendidikan di Universiti Teknologi Malaysia.

Hans Selye, Atwater dan Duffy (2004) *Stress in Teaching: A Case Study of Elementary School Teachers in the Caribbean.* *Annual Meeting of the American Educational Research Association.* Mac 24 – 28. Chicago: Educational Resources

Harian Metro. *bebanan ini bertambah dalam keadaan jumlah guru yang tidak seimbang dengan peningkatan jumlah murid.* (14 Oktober 2005)

Hassan bin Mokhtar (2006). *Tekanan Kerja di Kalangan Guru Sekolah Menengah: Satu Kajian di Daerah Kulim, Kedah.* Universiti Malaysia Sarawak: Tesis Sarjana.

Hatta, Ruzanna dan Mohamed (2003). *Implikasi Burnout di Kalangan Guru Kuala*

Horng Hei Lye (2006). *Tekanan Kerja di Kalangan Guru-guru di Sebuah Sekolah Menengah Kerajaan dan sebuah Sekolah Menengah Swasta.* Kertas Projek Bachelo Sains: (Pembangunan Manusia) yang tidak diterbitkan. Universiti Putra Malaysia. Serdang.

Jaafar bin Mohd Mazlan (2007). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Guru: Kajian di Kalangan Kakitangan Sumber Kemahiran Hidup Sekolah Rendah Zon Tenggara,* Negeri Johor. Tesis Sarjana Pengurusan Teknologi yang tidak diterbitkan. Universiti Teknologi Malaysia.

Kamus Dewan Edisi Keempat (2003)

Kiwamuddin Md. Sharif (2006). *Pengaruh Faktor-faktor Sekolah Ke Atas Tekanan Guru*. Universiti Malaya: Tesis Sarjana.

Krejcie, R. V. dan Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Resaearch

Kyriacou, C., & Sutcliffe, J (1979). Teacher stress : *Prevalence, sources and Symptoms*. British Journal of Education Psychology, 48, 159-167.

Linda Lee Larson (2004) *Internal auditors and job stress* Emerald Group Publishing Limited

Lumpur : Dewan Bahasa dan Pustaka.

Malik Ahmad (2003). *Tahap dan Punca Stres di kalangan Guru-guru yang Mengajar di Sekolah Kebangsaan Selangor*. Tesis Sarjana Muda. Universiti Teknologi Malaysia.

Marshall, J. Cooper, C. L (1979). Occupational Sources of Stress: Overview of The Literature Relating to Coronary Heart Disease and Mental Health.

Matthews (2004). *Stress, Coping Strategies and Job Satisfaction in University Academic Staff*. *Educational Psychology*, 16(1):49-56.

Melgosa (2001). *Job stressor and their effects on physical health, emotional health and job satisfaction in a University*. *Journal of Education Administration*.

Mohamad Sazali Nordin (2006). *Strategi Menangani Tekanan di Kalangan Guru-guru Sekolah Menengah Zon A di Bahagian Kuching/ Samarahan, Sarawak*. *Satu Tinjauan PSM Pendidikan Universiti Malaysia, Sarawak*.

Mohammad Fatah Yasin (2001). *Tinjauan Tahap dan Punca Stres di kalangan Guru-guru Sekolah Menengah Negeri Perlis*. Tesis Sarjana Muda. Universiti Teknologi Malaysia.

Mohd Rahman bin Zaini (2007). *Faktor-faktor Ciri-ciri Kerja Yang Mempengaruhi Stres Guru: Kajian di Kalangan Kakitangan Sumber Kemahiran Hidup Sekolah Menengah Negeri Johor*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis

Mohd Najib Abdul Ghafar (1990). *Penyelidikan Pendidikan*. Skudai: Penerbit Universiti Teknologi Malaysia

Mohd. Hasidin Zaini (2003). *Faktor-faktor Ciri-ciri Kerja Yang Mempengaruhi Stres Guru*

Mokhtar b. Ahmad (2005). *Tekanan kerja di kalangan guru sekolah menengah: Satu kajian di Daerah Kulim Bandar Baharu, Kedah Darul Aman*. Tesis Sarjana Sains. Bintulu: Universiti Malaysia Sarawak.

Noran dan Ahmad bin Udin (2005). Tahap dan Punca Utama Stres Kerja di Otta, Cole dan Walken, K. F. (2004). *Stress Levels among Secondary School Pendidikan, Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan,*

Pierce, C.M. and Molly, G.N (2004). *Psychological and biographical differences between secondary teachers experiencing high and low levels of stress*. British Journal Education Psychology, 60:37-51.

Polychroni, B (C) dan Vlachakis, R. L (2006). *Level of Reported Stressors and Strains Amongst Schoolteachers: Some UK Data*. Educational Review.

Punanesvaran A.Nadairaja (2006). *Hubungan bebanan kerja dengan tekanan kerja di kalangan guru lelaki dan guru wanita di sebuah sekolah rendah di kawasan Bandar*. Kertas Projek Ijazah Sarjana Sastera yang tidak diterbitkan. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.

Redzuan Salim (2006). *Suara Pendidikan: Kesihatan Mental dan Menghadapi Stres Guru*. Shah Alam: Persatuan Pendidikan Malaysia, Biro Teks, Institut Teknologi MARA.

Rohani Pin (2004). *Tekanan Kerja Guru-guru SJKC dan Tamil di Seremban*, Projek Penyelidikan bagi Sarjana yang tidak diterbitkan. Universiti Putra Malaysia.

Samihah Sulaiman (2005). *Stres di kalangan guru-guru pelatih Maktab Perguruan Temenggung Ibrahim: Satu kajian kes*. Jabatan Ilmu Pendidikan MPTI 2005.

Sapora Wahid (2007). *Tahap Dan Punca Stres di Kalangan Guru-guru yang Mengajar Kemahiran Hidup di Negeri Perlis*. Kertas Projek Ijazah Sarjana Muda Teknologi serta Pendidikan, Skudai. Universiti Teknologi Malaysia.

Shahabuddin dan Rohizani (2004). *Tinjauan Tahap Tekanan dan Punca stress di Kalangan Guru-Guru yang mengajar kurikulum bersepadu Sekolah Rendah di Selangor dan Negeri Sembilan*. Bulitin Akadmik Universiti Kebangsaan Malaysia.

Shukur Mohd Som (2005). *Tahap dan Punca Stres Di Kalangan Guru-guru Elektrik Sekolah Menengah Teknik, Negeri Johor*. Kertas Projek Sarjana Pendidikan, Universiti Sains Malaysia.

Siti Hasnah Md. Sharif (2004). *Pengaruh faktor sekolah ke atas stres guru*. Tesis (M.Ed.) yang tidak diterbitkan. Kuala Lumpur: Universiti Malaya.

Siti Raziah Mohd Said (2004). *Beberapa Faktor yang Mempengaruhi Ketegangan serta Kesannya ke atas Guru-guru di Sebuah Sekolah di Wilayah Persekutuan*. Universiti Kebangsaan Malaysia: Latihan Ilmiah B.A(Hons).

Tan Huat Chye (2005). *Tekanan Kerja di kalangan Guru-guru di sebuah Sekolah Menengah Kerajaan dan Sebuah Sekolah Jenis Kebangsaan Cina*. Tesis (B.Ed) yang tidak diterbitkan, Universiti Putra Malaysia.

Tee Tang (2005). Singapore Teachers' Sources of Stress, Burnout, and Job Satisfaction. *International Conference on Teacher Education*. Educational Resources.

Turk C.K, (2004). Effects of the use of management strategies on stress levels of high school principals in the United States. *Educational Administration Quarterly*, 27 (2), 203-224.

Utusan Malaysia. *Guru dakwa suasana kerja terlalu membebankan* (2005, 19 Julai).

Yaacob Bin Ismail (2004). *Peranan dan Masalah Stres Guru-guru Sains Lulusan Diploma Sains Serta Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana.

Zakiah Abdullah (2006). *Tekanan kerja di kalangan guru-guru di sekolah Rendah Zon Bandar di Daerah Kota Tinggi Johor*. Kertas Projek yang tidak diterbitkan. Serdang: Universiti Putra Malaysia.

Zubaidah Mazlan (2004). *Stres Kerja di Kalangan Guru Sekolah Rendah. Satu Kajian di Sekolah Rendah Kawasan Zon Tenggara, Kulai, Johor Darul Takzim*.